

<<郜智源的岳家菜>>

图书基本信息

书名：<<郜智源的岳家菜>>

13位ISBN编号：9789866334566

10位ISBN编号：9866334562

出版时间：2011-7

出版时间：四塊玉文化有限公司

作者：郜智源

页数：128

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<邵智源的岳家菜>>

### 前言

作者序 我這本書的書名為什麼要訂為「邵智源的岳家菜」？如果各位一看這書名，以為是「岳飛再世」「岳家軍又來了」，或是某個姓岳家裡的菜，那就完全猜錯了，正確的答案是：「哦！原來這是邵智源岳父家的菜。」

岳父又叫泰山，我曾經想過用「邵智源的泰山菜」，但總覺得有些人的文學造詣水平太高、想像力又豐富，看這書名會誤以為，是叢林來的一個泰山做的菜，或以為是我家住在泰山，還是我登上泰山做菜等等等，又怕大家搞錯，所以還是取為「邵智源的岳家菜」。想想，這個書名還蠻有意思的！

正名之後，我們言歸正傳；為什麼我要出書介紹我的岳家菜？那是因為我的岳家菜的確很有特色；不瞞各位說，我當時結婚呢，有一半的原因，是因為我岳父岳母的菜，和我太太一點關係都沒有。

話說二十多年前，我在追我女朋友徐雅琪的時候，第一次在徐家吃到徐伯伯、徐媽媽燒的菜，說真的，到現在我還記得，那一入口的香味就把我整個味蕾給勾引住了。

「實在太好吃了！」紅燒肉拌飯、炒四寶讓我多吃好幾碗，紅燒蹄膀的油啊，真是香透了！

後來，我一直稱讚他們的菜，他們也非常愛給我燒菜。

結婚快二十年、要金婚了，我太太到現在燒菜的次數，可說寥寥可數，我吃她的菜不超過二十次，大概是一年一次！

我岳父岳母常跟我說：「我們真對不起你喔，我們女兒不會燒菜」！

一聽這話，我馬上回答說：「媽，不用！不用！」

您太客氣了，您菜燒的好就好了」。

所以，這麼多年來，與其說我娶了我太太，不如說我娶了我岳父岳母。

我的岳父快八十歲了，身體硬朗、精神奕奕，看起來像六十多歲。他過去開牛排館，對吃很講究，有時候自己會煎一塊好牛排大快朵頤，也有自己的健康食譜。我的岳母快七十歲，年輕的時候是白嘉莉的身材，現在比較發福、是Double白嘉莉，手藝也不遑多讓。

兩位老人家平常不怎麼講話，就是愛在廚房「鬥法」，岳父不多話、悶著頭做，岳母就在旁邊叨叨叨。

不管兩位老人家怎麼鬥，從徐家廚房端出來的豆干肉絲、紅燒獅子頭、油豆腐燒雞、紅燒蹄膀、辣椒鑲肉、麻油雞、回鍋肉、滷豬腳、叉燒滷肉、獨門臘肉等等，滿足了所有親朋好友的胃。

「你有空回來多拿菜好不好」？

岳母總是以近乎祈求的口氣跟我說。

他們喜歡我常常回去拿菜，有一陣子看我沒回去，還不斷打電話來催。

但這幾年，我往五十歲去奔了，怕中風怕死，為了健康真的不敢等閒視之，再吃那麼多了，所以，有時候會口氣較兇的拒絕岳母說：「媽，求求你不要再給我做菜了，不要再叫我吃了，我的血管快流不動！」

聽到我說這話，岳母就會感到一陣落寞，加上最近她又有點傷心，因為幾十年吃他們兩人的菜的牌友，已經嚴厲批評我岳母，說她的廚藝退步許多。

「可能還是你爸爸比較厲害吧！」

岳母心裡不得不承認，自己落居下風，竟然因此宣布「我不做了」。

一聽到岳母這個決定，真是非同小可；我突然驚覺，他們的菜會這麼好吃，一定有什麼秘訣，像要做臘肉這個東西，很多年輕人都不知道要怎麼做，我怕再不記錄下來，很多菜要失傳了，所以一定要趁現在，趕快把這個口味記下來。

我的岳家菜以前比較油，現在好多了，也因為我太太天生對味精過敏，所以完全不加味精。

## <<邵智源的岳家菜>>

我岳父家燒菜通常熬鍋大骨湯，加湯和鹽或醬油，一點點糖吊個味，燒法很不一樣，不是那麼甜，吃到的是原味和火候，這就是不容易的地方。

我的岳父岳母以做好菜，表達對親人的關愛、對朋友的熱情；如何讓老人家寶貴的手藝能夠傳承下來、能夠與愛做菜的人分享，這是我「催生」這本食譜書的初衷，同時也想藉由這本書，向我岳父、岳母說聲：「爸、媽，謝謝您們，我愛您們。」

」

## <<邵智源的岳家菜>>

### 内容概要

素有「頂尖笑匠」、「好學諧星」、「模仿天王」稱號的邵智源，不但工作敬業、演技不凡，好吃、挑吃更是演藝圈出了名的，連錄影的便當都講究，岳家父母燒了一手好菜緊緊抓住了邵智源的胃，讓人不禁好奇，到底是哪番功夫可以將邵智源的胃蓄收得如此服服貼貼？

於是，「邵智源的岳家菜」一書終於催生。

藝人邵智源擁有一對手藝非凡、江浙菜做得嚇嚇叫的岳父岳母，這對可愛的老人家，平常不怎麼對話，經常一進了廚房，就會為了做菜吵架鬥嘴。

常有人好奇，名人家中廚房究竟做些什麼好菜？

天天大魚大肉，山珍海味嗎？

家中會開伙嗎？

還是餐餐上館子呢？

邵智源三生有幸娶到美嬌娘，更有福娶到好手藝的岳父岳母，天天上岳家吃好味。

岳父果然不是省油的燈，超級好手藝和獨門料理技巧果真收服挑嘴邵智源的味蕾。

讓邵智源心懷感激的餐餐吃下好幾碗飯。

岳母也不甘示弱，在書中示範「糖醋排骨」，大秀廚藝更要和讀者分享下廚帶給家庭的樂趣與回憶。

書中羅列牌桌必備美食，家人必點好味，快速上菜和岳父獨門料理，邵智源親自點菜，岳父精彩上菜。

每道菜都有邵智源的講評與生活回憶，讓餐桌上的家庭美味引領人生中的美好記憶。

每道菜的口感和味道，都有小邵的詮釋，除了小邵愛吃的菜，兒子「小小邵」愛吃的麻油雞、肉蛋麵等，也都列入其中。

有色香味俱全的食譜、每道菜有故事，是一本可讀性、實用性兼具的食譜書。

同時，內文中也包含邵哥對吃的觀點和品味。

## <<邵智源的岳家菜>>

### 作者简介

邵智源（1965年5月4日 - ），祖籍湖南长沙，台湾知名主持人、演员。

## <<邵智源的岳家菜>>

### 书籍目录

第一章 打牌請準備紅燒獅子頭回鍋肉牛腱炒西芹紅燒豬腳蔥燒小排羅宋湯乾煸四季豆白雲豬手滷味拼盤（滷牛腱、滷豬腱、滷蛋、滷豆乾）水餃三吃（水餃、鍋貼、蒸餃）第二章 家人最愛豆乾肉絲蘿蔔白肉燒炒四寶紅燒雞塊紅燒蹄膀麻油雞燴冬瓜紅燒肉小管肉蛋麵雜醬麵麻婆豆腐涼拌粉絲第三章 快速上桌洋蔥蛋炒飯青椒牛肉炒飯洋蔥炒蛋肉末韭菜煎蛋甜不辣韭菜花彩椒肉片清炒豆芽涼拌黃瓜絲瓜蛤蠣黃瓜肉片蕃茄湯金針菇木耳肉片湯第四章 岳父獨門料理徐式獨門蒜苗臘肉百頁雪裡紅徐家特製皮蛋豆腐麻辣雞炸紅魚咖哩牛肉涼拌三絲第五章 我也露一手燒四破魚（邵智源唯一上菜）糖醋排骨（岳母上菜）紅燒豆肉末（雅琪上菜）……

<<邵智源的岳家菜>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>